

Hintergrundinformation

10 Fakten zur Erdnussallergie

Was auch alle diejenigen wissen sollten, die nicht von dieser Nahrungsmittelallergie betroffen sind.

1 Nahrungsmittelallergien nehmen zu: Spitzenreiter Erdnuss

Erdnüsse zählen zu den häufigsten und heftigsten Auslösern einer Nahrungsmittelallergie. In Deutschland sind 0,5 bis 1 Prozent aller Kinder betroffen [1].

2 Prognose: bleibt häufig ein Leben lang

Häufig verändert sich bei allergischen Kindern die Empfindlichkeit im Laufe der Entwicklung: Die Allergie kann deutlich schwächer werden. Eine Erdnussallergie ist hartnäckiger: Sie bleibt bei 4 von 5 Betroffenen ein Leben lang bestehen [2].

3 Symptome: schwer einzuschätzen

78 Prozent der Betroffenen sind sich nicht sicher, wie sie die Symptome einer allergischen Reaktion erkennen können, und 88 Prozent wissen nicht sicher, wann ein Notfallmedikament einzusetzen ist. Dies sind Erkenntnisse aus der APPEAL-1-Studie aus dem Jahr 2020, in der die Lebensqualität von Menschen mit Erdnussallergie in Europa untersucht wurde [4].

4 Notfall: ab in die Klinik

48 Prozent der Befragten in Deutschland mussten aufgrund einer allergischen Reaktion auf Erdnüsse schon einmal zur Notfallversorgung ins Krankenhaus [3].

5 Anaphylaxie: wissen, was zu tun ist

Eine Anaphylaxie ist die schwerste Form einer allergischen Reaktion. Schlimmstenfalls kann sie lebensbedrohlich verlaufen. Deshalb sollten Erdnussallergiker immer einen Notfallpass und ihr Notfallmedikament bei sich haben, in der Regel ein sogenannter Adrenalin-Autoinjektor. Kann er aufgrund der anaphylaktischen Beschwerden nicht mehr selbst bedient werden, muss eine Hilfsperson das Adrenalin geben – und dann sofort über 112 Rettungskräfte rufen.

6 Dauerthema: Angst vor der nächsten schweren Reaktion

Erdnüsse lösen unter den Nahrungsmittelallergien am häufigsten anaphylaktische Reaktionen, also besonders starke, mehrfache allergische Symptome, aus. Einer der wesentlichen Gründe, warum 52 Prozent der deutschen APPEAL-1-Studienteilnehmer Ängste im Zusammenhang mit ihrer Allergie entwickeln [4].

7 Verständnis: Unterstützung von Vorsichtsmaßnahmen

65 Prozent der Befragten aus der APPEAL-1-Studie fühlten sich durch die Erdnussallergie isoliert. Sie können für Außenstehende schnell mal „zickig“ rüberkommen, wenn sie explizit nach Essenszutaten fragen, auf getrennte Zubereitung von allergenfreier Nahrung achten oder niemals Geschirr teilen. Doch dieses Verhalten ist genau richtig. Nichtbetroffene sollten sie bei dieser Achtsamkeit unterstützen. Zum Beispiel: Auf dem Spielplatz nicht ungefragt Lebensmittel an ein Kind weitergeben oder nicht ärgerlich reagieren, wenn jemand selbst gebackene Lebensmittel ablehnt. Nützliche Informationen dazu geben der Deutsche Allergie- und Asthmabund (www.daab.de) sowie das Netzwerk Nussallergie NAN e. V. (www.nussallergie.org).

8 Ernst nehmen: Empathie nimmt Angst

Ob in der Schule oder am Arbeitsplatz, sogar manchmal in der Arztpraxis – nicht immer wird die Erdnussallergie ausreichend ernst genommen. So erhalten nur 31 Prozent der Betroffenen ärztliche Beratung und Unterstützung und 28 Prozent wurde kein Adrenalin-Autoinjektor verschrieben [3]. Dabei können direkte Kontaktpersonen den Erdnussallergikern viel Angst nehmen und Unterstützung geben, wenn sie das Thema ernst nehmen. Oft hilft schon Empathie.

9 Lebensmittelkennzeichnung: nicht eindeutig

Als hochallergenes Lebensmittel zählt die Erdnuss zu den 14 häufigsten Allergieauslösern, die seit einigen Jahren auf Lebensmittelverpackungen, aber auch bei loser Ware (z. B. Bäckerei, Restaurant, Catering) als Zutat gekennzeichnet werden müssen. Dagegen ist der Aufdruck „Kann Spuren von ... enthalten“ freiwillig. Fehlt er, heißt das also nicht, dass eine sogenannte Kreuzkontamination in Produktions- oder Verpackungsanlagen ausgeschlossen werden kann.

10 Erdnuss: gar keine Nussfrucht

Von ihrer Struktur und Form her halten wir die Erdnuss für eine Nuss. Botanisch gehört sie aber, wie Erbsen, Bohnen oder Sojabohnen, zur Familie der Hülsenfrüchte. Wer also auf die ursprünglich aus Südamerika stammende Frucht allergisch reagiert, hat eigentlich keine

Nussallergie. Dies führt laut DAAB häufig zu Verwirrung und Verwechslung – zum Beispiel beim richtigen Deuten von Allergen-Hinweisen.

Leben mit Erdnussallergie ist eine Initiative der Aimmune Therapeutics Germany GmbH, München. Gemeinsam mit Betroffenen, Patientenorganisationen, Wissenschaftler:innen und Ärzt:innen setzt sie sich für die Bedürfnisse von Erdnussallergiker:innen und gegen die Stigmatisierung durch ihre Krankheit ein. Das Ziel ist der offene Dialog und ein gegenseitiges Verständnis von Betroffenen und Nichtbetroffenen.

www.leben-mit-erdnussallergie.de.

Quellen

1 bea – Stiftung zur Behandlung von Erdnussallergien. Online verfügbar unter: www.bea-stiftung.com. Zuletzt abgerufen 1. Juni 2021.

2 Stiefel G, Anagnostou K, Boyle RJ, et al. BSACI guideline for the diagnosis and management of peanut and tree nut allergy. *Clin Exp Allergy* 2017;47(6):719–39.

3 Blumchen K, DunnGalvin A, Timmermans F, et al. APPEAL-1: A pan-European survey of patient/caregiver perceptions of peanut allergy management. *Allergy* 2020;75(11):2920–35.

4 DunnGalvin A, Blumchen K, Timmermans F, et al. APPEAL-1: A multiple country European survey assessing the psychosocial impact of peanut allergy. *Allergy* 2020;75(11):2899–2908.

Medienkontakt

Dipl.-Oecotroph. Anne Malin, amalin@aimmune.com, (+49) 89 46148615

Unter www.leben-mit-erdnussallergie.de steht Ihnen Bildmaterial zum Download zur Verfügung.

Stand: Juni 2021